

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM

Organizator: Fundacja MARATONY GÓRSKIE

Data: 2020-07-19

Miejsce: Łądek-Zdrój

Dystans: 10 km

Klasyfikacja wg czasów netto.

**BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
1	PRZEDWOJEWSKI BARTŁOMIEJ	8307	TEAM SALOMON	WROCŁAW	POL	SENIOR I M - 20	1	M 1	00:18:34	00:27:54	00:44:18.35	4:25	13.5
2	BEDNAREK ADRIAN	8367		BYDGOSZCZ	POL	SENIOR II M - 30	1	M 2	00:20:06	00:30:27	00:48:19.00	4:49	12.4
3	TARASEK WOJCIECH	8095	#ANDRZEJDLUGOSZTEAM / ELEMENO.PL	STARA WIEŚ	POL	SENIOR I M - 20	2	M 3	00:20:37	00:31:13	00:49:03.35	4:54	12.2
4	KLIMCZAK MIKOŁAJ	8283	PRZEDWOJEWSKI MOUNTAIN TEAM	WROCŁAW	POL	SENIOR I M - 20	3	M 4	00:20:29	00:31:17	00:49:33.10	4:57	12.1
5	WYTWER BŁAŻEJ	8384	PĘDZIKIEM DO METY	POZNAŃ	POL	SENIOR II M - 30	2	M 5	00:21:49	00:34:23	00:54:50.00	5:29	10.9
6	TABER KONRAD	8359	ACTIVE PROSPERIA/ STO-NOGI MILANÓWEK	BRWINÓW	POL	SENIOR I M - 20	4	M 6	00:23:10	00:34:47	00:55:11.85	5:31	10.9
7	JAROSZ DARIUSZ	8348	U.K.S. PIAST BOLKÓW	KACZORÓW	POL	SENIOR I M - 20	5	M 7	00:22:34	00:34:22	00:55:14.90	5:31	10.9
8	GROMAŁA KRZYSZTOF	8260	#AKADEMIABIEGANIA.PL	ŚWIEBODZICE	POL	SENIOR II M - 30	3	M 8	00:23:32	00:35:01	00:55:48.80	5:34	10.7
9	WOLEK SZYMON	8374		TYCHY	POL	SENIOR II M - 30	4	M 9	00:23:24	00:35:47	00:56:17.10	5:37	10.7
10	TOMASIAK DOMINIK	8155	DIE KUNST DER FUGE	OPOLE	POL	MASTERS M - 40	1	M 10	00:23:51	00:36:02	00:56:42.40	5:40	10.6
11	WRZESZCZ MARIUSZ	8176	TMTEAM/TEAMDKMS	SOBÓTKA	POL	SENIOR I M - 20	6	M 11	00:23:34	00:35:51	00:56:50.60	5:41	10.6
12	GAJEWSKI MAREK	8254	ADIDAS RUNNERS WARSAW	WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	5	M 12	00:22:53	00:36:28	00:57:24.30	5:44	10.4
13	PIENIAŻEK PATRYK	8262	KGHM ZG RUN	KŁOBUCZYN	POL	SENIOR I M - 20	7	M 13	00:24:30	00:37:05	00:58:23.75	5:50	10.3
14	PIHIL PIOTR	8282	ENDORFINA WSCHOWA	WSCHOWA	POL	MASTERS M - 40	2	M 14	00:24:02	00:36:51	00:58:49.05	5:52	10.2
15	ŁABYS MATEUSZ	8285	NOA	WILEMOWICE	POL	SENIOR I M - 20	8	M 15	00:25:25	00:37:47	00:59:18.55	5:55	10.1
16	KITA MICHAŁ	8066	PĘDZĄCY W MIEJSCU	WROCŁAW	POL	MASTERS M - 40	3	M 16	00:23:52	00:36:49	00:59:19.70	5:56	10.1
17	PIEKARSKI JAKUB	8160		KATOWICE	POL	SENIOR I M - 20	9	M 17	00:25:19	00:38:17	00:59:53.55	5:59	10
18	MĘDYGRAŁ KRYSZTIAN	8178	WATAHA	WROCŁAW	POL	SENIOR I M - 20	10	M 18	00:25:22	00:37:56	01:00:01.10	6:00	10
19	MAZUR MATEUSZ	8317	MULKS JUVENIA GŁUCHOŁAZY	GŁUCHOŁAZY	POL	SENIOR I M - 20	11	M 19	00:24:36	00:37:52	01:00:38.75	6:03	9.9
20	BOCZEK LESZEK	8350	ZĄŁOGA GÓRSKA	WYSOKA	POL	SENIOR II M - 30	6	M 20	00:24:42	00:38:14	01:00:43.05	6:04	9.9
21	KACZMARCZYK PRZEMYSŁAW	8008	140MINUT.PL	ROLANTOWICE	POL	SENIOR I M - 20	12	M 21	00:24:51	00:38:08	01:00:55.80	6:05	9.8
22	KLATKA MICHAŁ	8353	BIEGAM BO LUBIĘ - TOMASZÓW MAZOWIECKI	TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	MASTERS M - 40	4	M 22	00:26:31	00:40:19	01:02:12.80	6:13	9.6
23	WITULSKI WALDEMAR	8397	TEAM PODGÓRZYN	SOSNOWKA	POL	WETERAN II M - 60	1	M 23	00:25:21	00:38:45	01:02:15.30	6:13	9.6
24	PRYSTASZ KRZYSZTOF	8393		OLAWA	POL	MASTERS M - 40	5	M 24	00:26:42	00:40:06	01:02:30.60	6:15	9.6
25	ROZDZYŃSKA PATRYCJA	8245	ADRIANBEDNAREK.PL	POZNAŃ	POL	SENIOR I K - 20	1	K 1	00:26:01	00:40:05	01:02:43.40	6:16	9.6
26	GŁOWACKI ARTUR	8256	KGHM ZG RUN	GŁOGÓW	POL	MASTERS M - 40	6	M 25	00:25:22	00:39:10	01:02:44.90	6:16	9.6
27	JAGNIĄTKOWSKI JACEK	8231	KLUB LEKKOATLETYCZNY ZIEMIA KŁODZKA	OŁDRZYCHOWICE KŁODZKIE	POL	MASTERS M - 40	7	M 26	00:26:42	00:40:36	01:02:45.00	6:16	9.6
28	WĄSOWICZ ARTUR	8117		SZCZYTNA	POL	SENIOR I M - 20	13	M 27	00:24:32	00:39:27	01:03:08.65	6:18	9.5
29	PERKA MICHAŁ	8412		PRÓSZKÓW	POL	SENIOR I M - 20	14	M 28	00:25:16	00:39:08	01:03:24.20	6:20	9.5
30	CHLEBOWICZ MARCIN	8329	DOBRY-TRENER.PL	WROCŁAW	POL	SENIOR II M - 30	7	M 29	00:25:48	00:40:18	01:03:26.60	6:20	9.5
31	PIŁAT MACIEJ	8313	ORŁY WROCŁAW	DĘBICA	POL	SENIOR I M - 20	15	M 30	00:26:17	00:40:42	01:03:30.20	6:21	9.4
32	KRUPA NORBERT	8250	TEAM KURORT- ŁĄDEK ZDRÓJ	ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE	POL	MASTERS M - 40	8	M 31	00:26:16	00:40:05	01:03:38.05	6:21	9.4
33	GRUBIAK BARTOSZ	8311	JUVENIA GŁUCHOŁAZY	GŁUCHOŁAZY	POL	SENIOR I M - 20	16	M 32	00:26:09	00:40:19	01:03:53.50	6:23	9.4
34	SZTURO JAN	8316		PODGÓRZYN	POL	WETERAN I M - 50	1	M 33	00:25:41	00:40:05	01:04:05.80	6:24	9.4
35	NIEZGÓDKA TOMASZ	8404	ZĄŁOGA GÓRSKA	WROCŁAW	POL	WETERAN I M - 50	2	M 34	00:27:44	00:41:51	01:04:10.60	6:25	9.4
36	GAWLIK SŁAWEK	8022	DYNAFIT TEAM POLAND	KRAKÓW	POL	SENIOR II M - 30	8	M 35	00:26:26	00:39:43	01:04:33.35	6:27	9.3
37	RZEŹNIK DACJAN	8140	BOHAR PALETY RUNNERS	ZIELONA GÓRA	POL	SENIOR II M - 30	9	M 36	00:24:42	00:40:21	01:04:33.60	6:27	9.3
38	BUDZIEWSKA KATARZYNA	8104		KOBIERZYCE	POL	SENIOR II K - 30	1	K 2	00:26:45	00:40:55	01:04:41.95	6:28	9.3
39	KUJAWA ZBIGNIEW	8399	ZĄŁOGA GÓRSKA	JANOWIEC WIELKOPOLSKI	POL	SENIOR II M - 30	10	M 37	00:26:40	00:41:38	01:05:09.95	6:31	9.2
40	PAPIÓR JOLANTA	8389	WATAHA / MKS-PARASOL WROCŁAW	WROCŁAW	POL	SENIOR I K - 20	2	K 3	00:28:14	00:42:31	01:05:53.10	6:35	9.1
41	KURASIK TOMASZ	8219		ŁÓDŹ	POL	MASTERS M - 40	9	M 38	00:27:25	00:42:24	01:06:02.65	6:36	9.1
42	STANIA PAWEŁ	8212		OPOLE	POL	SENIOR II M - 30	11	M 39	00:27:33	00:42:23	01:06:03.95	6:36	9.1
43	ŚLIWIŃSKI KAMIL	8092		KŁUCZBORK	POL	SENIOR I M - 20	17	M 40	00:26:16	00:42:17	01:06:25.85	6:38	9
44	BEDNARZ MARCIN	8214	KLUB LEKKOATLETYCZNY ZIEMIA KŁODZKA	OŁDRZYCHOWICE KŁODZKIE	POL	SENIOR II M - 30	12	M 41	00:28:16	00:43:05	01:06:50.40	6:41	9
45	KOSZYKOWSKI DANIEL	8270	PIECHOTA PO SCHODACH	SMOLEC	POL	SENIOR I M - 20	18	M 42	00:33:32	00:45:59	01:07:02.65	6:42	9
46	URBAŃSKI MICHAŁ	8182	FLUNKYBALL TEAM ŁĄDEK-ZDRÓJ	ŁĄDEK-ZDRÓJ	POL	SENIOR II M - 30	13	M 43	00:29:14	00:43:46	01:07:26.80	6:44	8.9

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
47	HOJA JOANNA	8186	ALPIN SPORT HOKA ONE ONE TEAM	WAŁBRZYCH	POL	SENIOR II K - 30	2	K 4	00:27:18	00:42:38	01:07:51.60	6:47	8.8
48	KUBIK MACIEJ	8183		KATOWICE	POL	SENIOR I M - 20	19	M 44	00:27:45	00:43:26	01:07:56.35	6:47	8.8
49	KOMISARCZYK KRZYSZTOF	8368		MIĘDZYLEŚIE	POL	SENIOR I M - 20	20	M 45	00:27:07	00:42:28	01:08:06.80	6:48	8.8
50	KUSAL TOMASZ	8001		OPOLE	POL	SENIOR I M - 20	21	M 46	00:27:25	00:42:28	01:08:20.90	6:50	8.8
51	CHROMIEC FILIP	8403		GDYNIA	POL	SENIOR I M - 20	22	M 47	00:27:29	00:42:46	01:08:41.75	6:52	8.7
52	LUBAŃSKI MATEUSZ	8251		DŁUGOŁĘKA	POL	SENIOR I M - 20	23	M 48	00:27:20	00:44:04	01:08:45.75	6:52	8.7
53	JAROSŁAWSKI MARCIN	8021	KB-HARCOWNIK	JELCZ-LASKOWICE	POL	SENIOR II M - 30	14	M 49	00:30:16	00:44:55	01:09:06.60	6:54	8.7
54	MIELCAREK BARTŁOMIEJ	8161	MATNERRUNNINGTEAM	WROCLAW	POL	MASTERS M - 40	10	M 50	00:27:27	00:43:04	01:09:53.80	6:59	8.6
55	GAJDECKI TOMEK	8084	ACCENTURE	WARSZAWA	POL	MASTERS M - 40	11	M 51	00:29:14	00:44:30	01:09:54.45	6:59	8.6
56	PERENC MICHAŁ	8180	CARPATHIAN RUNNERS	JAROSŁAW	POL	SENIOR I M - 20	24	M 52	00:29:48	00:44:45	01:10:03.95	7:00	8.6
57	FOGIEL-PAWŁOWSKA AGNIESZKA	8291		WROCLAW	POL	MASTERS K - 40	1	K 5	00:29:23	00:44:59	01:10:39.95	7:04	8.5
58	POPRAWSKI MATEUSZ	8012	KILIŃSKIEGO TEAM	BOJANOWO	POL	SENIOR II M - 30	15	M 53	00:29:32	00:45:20	01:11:00.40	7:06	8.4
59	TATKA MARCIN	8340	ABY DO METY	WOJBÓRZ	POL	MASTERS M - 40	12	M 54	00:29:49	00:45:06	01:11:13.80	7:07	8.4
60	ROZNIERSKA DAGMARA	8225	KB SOBÓTKA	REKÓW	POL	SENIOR II K - 30	3	K 6	00:29:37	00:45:07	01:11:49.45	7:11	8.4
61	CZŁONKOWSKI GRZEGORZ	8247	DZIKI Z MORASKA	POZNAŃ	POL	MASTERS M - 40	13	M 55	00:29:06	00:45:04	01:11:54.25	7:11	8.3
62	LIPA PATRYK	8281		CIESZYN	POL	SENIOR II M - 30	16	M 56	00:30:58	00:45:49	01:11:54.50	7:11	8.3
63	KORCZYŃSKA AGATA	8292		POZNAŃ	POL	SENIOR II K - 30	4	K 7	00:28:47	00:44:50	01:11:58.00	7:11	8.3
64	BOGACKI MACIEJ	8327	ORŁY WROCLAW	WROCLAW	POL	SENIOR II M - 30	17	M 57	00:30:17	00:46:35	01:12:09.30	7:13	8.3
65	STEC BOGUMIŁ	8263	BIKE TEAM CENTROWENT	BOGUSŁAWICE	POL	MASTERS M - 40	14	M 58	00:29:39	00:46:13	01:12:35.40	7:15	8.3
66	OLEJNIK PIOTR	8165		BOLESŁAWIEC	POL	SENIOR I M - 20	25	M 59	00:29:18	00:46:17	01:12:50.70	7:17	8.2
67	ZIMON NORBERT	8011	WATAHA	WROCLAW	POL	SENIOR II M - 30	18	M 60	00:30:54	00:46:42	01:12:55.85	7:17	8.2
68	SYNOWIEC DAWID	8369		BYSTRZYCA KŁODZKA	POL	SENIOR I M - 20	26	M 61	00:27:51	00:45:21	01:12:57.75	7:17	8.2
69	SZARSKI JACEK	8370		WROCLAW	POL	SENIOR I M - 20	27	M 62	00:28:35	00:46:02	01:12:59.40	7:17	8.2
70	ZYWER URSZULA	8003	WATAHA	ŻARÓW	POL	SENIOR I K - 20	3	K 8	00:30:00	00:47:36	01:13:20.00	7:20	8.2
71	RATAJCZAK TOMASZ	8168	PALETEAM	PAŁĘDZIE	POL	MASTERS M - 40	15	M 63	00:30:14	00:47:05	01:13:21.75	7:20	8.2
72	PĘCZAR ANETA	8398	FITNESSROAD TEAM	ŚWIDNICA	POL	SENIOR I K - 20	4	K 9	00:29:59	00:46:33	01:14:20.50	7:26	8.1
73	TABER JERZY	8358	ACTIVE PROSPERIA/STO-NOGI MILANÓWEK	BRWINÓW	POL	WETERAN I M - 50	3	M 64	00:30:52	00:46:57	01:14:28.90	7:26	8.1
74	KOSMAŁA SZYMON	8164		DĄBRÓWKA	POL	SENIOR II M - 30	19	M 65	00:30:24	00:47:15	01:14:31.15	7:27	8.1
75	JASIŃSKI PAWEŁ	8346	APTENEO RUNNING TEAM	SIECHNICE	POL	MASTERS M - 40	16	M 66	00:30:51	00:47:53	01:14:54.30	7:29	8
76	WARAKSA TOMASZ	8162	VEGE RUNNERS	WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	20	M 67	00:31:35	00:48:18	01:15:06.75	7:30	8
77	PAWŁOWSKI MIROŚLAW	8361		STRONIE ŚLĄSKIE	POL	SENIOR I M - 20	28	M 68	00:28:48	00:48:02	01:15:07.75	7:30	8
78	PLEŚNIAŃSKI ZBIGNIEW	8396	KLUB SPORTOWY GRAŃ W KARPACZU	KARPACZ	POL	WETERAN II M - 60	2	M 69	00:30:44	00:47:50	01:15:24.35	7:32	8
79	ALTEWĘGIER JAROSŁAW	8278		KRAKÓW	POL	MASTERS M - 40	17	M 70	00:30:30	00:49:12	01:15:38.35	7:33	7.9
80	WALCZAK ADRIAN	8061		GRODKÓW	POL	SENIOR I M - 20	29	M 71	00:29:47	00:47:24	01:15:38.75	7:33	7.9
81	BOHAREWICZ PAWEŁ	8277	BOHAR PALETY RUNNERS	ZIELONA GÓRA	POL	MASTERS M - 40	18	M 72	00:31:55	00:48:24	01:15:42.55	7:34	7.9
82	URBAN ALICJA	8150		WROCLAW	POL	SENIOR I K - 20	5	K 10	00:30:08	00:47:46	01:15:48.00	7:34	7.9
83	TYSZER ŁUKASZ	8202		ŁĄDEK ZDRÓJ	POL	SENIOR II M - 30	21	M 73	00:31:26	00:48:48	01:15:58.75	7:35	7.9
84	ULIKOWSKA MARTYNA	8352	ZAŁOGA GÓRSKA	GOŚCINO	POL	SENIOR I K - 20	6	K 11	00:32:01	00:48:54	01:16:09.95	7:37	7.9
85	FRYBES AGNIESZKA	8379	FUNDACJA KIERUNEK ULTRA	BIĄŁYSTOK	POL	SENIOR II K - 30	5	K 12	00:31:47	00:48:56	01:16:13.30	7:37	7.9
86	KUBAŚ DAWID	8204	NADLEŚNICTWO ZDROJE	KŁODZKO	POL	SENIOR II M - 30	22	M 74	00:32:31	00:49:20	01:16:52.85	7:41	7.8
87	KLIMEK MAREK	8139		WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	23	M 75	00:31:23	00:48:48	01:16:53.80	7:41	7.8
88	KADŁUBOWSKI PIOTR	8335	SRC TEAM, KOTWICA BRZEG	BRZEG	POL	MASTERS M - 40	19	M 76	00:32:41	00:50:52	01:17:01.40	7:42	7.8
89	GOŚCIŃSKI SŁAWOMIR	8320	ICE4B.PL	DOBRZEŃ MAŁY	POL	SENIOR II M - 30	24	M 77	00:32:31	00:48:57	01:17:14.95	7:43	7.8
90	WÓJCIK KAMILA	8364	NIEDŹWIEDZIE POLARNE	STRONIE ŚL	POL	MASTERS K - 40	2	K 13	00:32:09	00:49:47	01:17:42.95	7:46	7.7
91	TOMASZKIEWICZ WOJCIECH	8298	RUN FOREST	STRACHOCIN	POL	SENIOR II M - 30	25	M 78	00:33:25	00:51:05	01:17:54.45	7:47	7.7
92	WZOREK EWA	8410		WILKÓW	POL	SENIOR I K - 20	7	K 14	00:32:07	00:49:12	01:17:59.95	7:48	7.7
93	MOKRZYŃSKI MARCIN	8255	KLUB LEKKOATLETYCZNY ZIEMIA KŁODZKA	OLEDRZYCHOWICE KŁODZKIE.	POL	SENIOR II M - 30	26	M 79	00:38:56	00:53:01	01:18:12.15	7:49	7.7
94	BOSEK LESZEK	8067		BIAŁA NYSKA	POL	WETERAN I M - 50	4	M 80	00:32:25	00:49:47	01:18:14.70	7:49	7.7
95	TUST KAMIL	8299		ZDUŃSKA WOLA	POL	MASTERS M - 40	20	M 81	00:32:53	00:50:36	01:18:15.35	7:49	7.7
96	GŁĄB DARIA	8416		-	POL	SENIOR I K - 20	8	K 15	00:29:43	00:48:23	01:18:28.50	7:50	7.6
97	HACZYK NATALIA	8378	GOGGLE PAE TEAM	OPOLE	POL	MASTERS K - 40	3	K 16	00:32:10	00:50:04	01:18:38.80	7:51	7.6
98	GRZYBOWSKA ANETA	8357	ZGRUPKA TEAM	POZNAŃ	POL	MASTERS K - 40	4	K 17	00:32:05	00:50:36	01:18:52.70	7:53	7.6
99	BARTKOWIAK HUBERT	8101	KB SUKCES ŻMIGRÓD	ŻMIGRÓD	POL	WETERAN I M - 50	5	M 82	00:31:23	00:48:51	01:18:55.15	7:53	7.6
100	DUDEK MARIUSZ	8332		GOSTYŃ	POL	MASTERS M - 40	21	M 83	00:31:04	00:50:04	01:18:55.70	7:53	7.6
101	ROGÓŻ RAFAŁ	8121		KIELCE	POL	MASTERS M - 40	22	M 84	00:30:49	00:48:09	01:19:19.50	7:55	7.6
102	WALA PATRYK	8417	ZAŁOGA GÓRSKA/ BIEG OPOLSKI	ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE	POL	SENIOR I M - 20	30	M 85	00:31:55	00:50:43	01:19:22.20	7:56	7.6
103	TOMASZEWSKA PAULINA	8420	STOWARZYSZENIE BIEG OPOLSKI	OPOLE	POL	SENIOR I K - 20	9	K 18	00:34:00	00:51:14	01:19:30.00	7:57	7.5

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
104	SEMIENIUK MARZENA	8336	KOTWICA BRZEG	KARLOWICE	POL	SENIOR II K - 30	6	K 19	00:32:52	00:51:01	01:19:34.55	7:57	7.5
105	LECZKOWSKA MIRELLA	8065		ELBLĄG	POL	WETERAN K - 50	1	K 20	00:32:28	00:50:19	01:19:57.80	7:59	7.5
106	MRÓZ URSZULA	8151	NIEDZWIEDZIE POLARNE	STRONIE ŚL	POL	WETERAN K - 50	2	K 21	00:33:52	00:51:29	01:20:47.05	8:04	7.4
107	JAMROSZCZYK PRZEMYSŁAW	8172	TEAM PLESZEW	SOŚNICA	POL	SENIOR II M - 30	27	M 86	00:31:41	00:51:18	01:20:57.00	8:05	7.4
108	RAJZER PIOTR	8156		KIETRZ	POL	SENIOR II M - 30	28	M 87	00:33:01	00:52:05	01:20:57.80	8:05	7.4
109	BESZTOCHA JADWIGA	8056	ZEN RUNNING TEAM	ŁĘDZINY	POL	SENIOR II K - 30	7	K 22	00:32:17	00:51:05	01:20:58.25	8:05	7.4
110	NOWICKI BARTOSZ	8173		PLESZEW	POL	SENIOR II M - 30	29	M 88	00:31:51	00:51:27	01:21:05.85	8:06	7.4
111	PŁOTKA MATEUSZ	8194		LASOWICE WIELKIE	POL	SENIOR I M - 20	31	M 89	00:33:02	00:51:25	01:21:12.45	8:07	7.4
112	KOLBUS TOMEK	8235	BIKE TEAM CENTROWENT	SIECHNICE	POL	MASTERS M - 40	23	M 90	00:33:59	00:52:07	01:21:24.25	8:08	7.4
113	BUDZIAK MICHAŁ	8171		RACIBÓRZ	POL	SENIOR II M - 30	30	M 91	00:33:18	00:52:14	01:21:24.80	8:08	7.4
114	KAWALEC KRYSZTIAN	8148		WARSZAWA	POL	MASTERS M - 40	24	M 92	00:32:43	00:50:59	01:21:33.00	8:09	7.4
115	ZATKE DOROTA	8226	AKADEMIA BIEGACZA SALOS WODNAP	ŁÓDŹ	POL	MASTERS K - 40	5	K 23	00:30:42	00:50:50	01:21:45.65	8:10	7.3
116	WACHOWSKA KATARZYNA	8091	SMOK TRÓJGŁOWY	POZNAŃ	POL	SENIOR II K - 30	8	K 24	00:34:28	00:52:13	01:21:46.05	8:10	7.3
117	PEKAŁA DAWID	8318	ŻARY RUNNERS TEAM	ZIELONA GÓRA	POL	MASTERS M - 40	25	M 93	00:34:47	00:53:20	01:21:55.20	8:11	7.3
118	PILARSKI RYSZARD	8312	IZERY BOGATYNIA	BOGATYNIA	POL	WETERAN II M - 60	3	M 94	00:32:53	00:50:29	01:22:02.00	8:12	7.3
119	PAŁAC PIOTR	8068	WIECZORNE BIEGANIE W SZCZECINIE	SZCZECIN	POL	WETERAN I M - 50	6	M 95	00:32:53	00:51:57	01:22:09.90	8:13	7.3
120	BRUSIŁOWICZ DAGMARA	8069	WIECZORNE BIEGANIE W SZCZECINIE	SZCZECIN	POL	MASTERS K - 40	6	K 25	00:33:04	00:52:06	01:22:19.25	8:13	7.3
121	KURENDA RADEK	8304	KLUB BIEGACZA RTVEUROAGD,KW OPOLE	OPOLE	POL	SENIOR II M - 30	31	M 96	00:31:53	00:51:13	01:22:26.70	8:14	7.3
122	KUZIEL MARCIN	8085	BLACK RUNNING STRONIE ŚLĄSKIE	STRONIE ŚLĄSKIE	POL	SENIOR II M - 30	32	M 97	00:32:33	00:52:51	01:22:30.65	8:15	7.3
123	MIKLER MARCIN	8127		PRUDNIK	POL	MASTERS M - 40	26	M 98	00:32:39	00:52:07	01:22:34.15	8:15	7.3
124	WUJDA MIROSLAW	8062	ERNI RULEZ	DĘBNO	POL	MASTERS M - 40	27	M 99	00:30:24	00:49:40	01:22:43.60	8:16	7.3
125	GARNIEWICZ WERONIKA	8239		POZNAŃ	POL	SENIOR I K - 20	10	K 26	00:33:18	00:52:03	01:22:44.25	8:16	7.3
126	AMANOWICZ LUKASZ	8395		LADEK ZDRÓJ	POL	SENIOR II M - 30	33	M 100	00:34:02	00:51:13	01:23:01.30	8:18	7.2
127	ZIÓŁKOWSKI PIOTR	8134		BRUKSELA	BEL	MASTERS M - 40	28	M 101	00:33:41	00:52:58	01:23:02.40	8:18	7.2
128	MAZIAREK MICHAŁ	8057		NIEMODLIN	POL	SENIOR II M - 30	34	M 102	00:32:56	00:52:01	01:23:05.35	8:18	7.2
129	BACKER MARCIN	8027	TOPOLICE TEAM	PASIKUROWICE	POL	MASTERS M - 40	29	M 103	00:34:45	00:53:51	01:23:09.95	8:18	7.2
130	KLIN ROBERT	8242	WATAHA	BRZEG	POL	MASTERS M - 40	30	M 104	00:34:09	00:52:50	01:23:46.15	8:22	7.2
131	PLINIEWICZ KRZYSZTOF	8143	STRONSKA GRUPA ROWEROWA	STRONIE ŚLĄSKIE	POL	SENIOR II M - 30	35	M 105	00:33:25	00:51:25	01:23:46.45	8:22	7.2
132	DZIADOWICZ ANNA	8383	ADRIAN DANILEWICZ GROUP	RADWANICE	POL	MASTERS K - 40	7	K 27	00:33:02	00:53:28	01:23:55.75	8:23	7.1
133	MICHAŁAK ADRIAN	8094		WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	36	M 106	00:34:27	00:52:25	01:23:59.70	8:23	7.1
134	WESOŁY MACIEJ	8196	KOŁO BIEGA	KOŁO	POL	SENIOR II M - 30	37	M 107	00:33:49	00:54:23	01:24:12.30	8:25	7.1
135	GREDA MARIUSZ	8099		OZIMEK	POL	MASTERS M - 40	31	M 108	00:36:08	00:54:15	01:24:14.20	8:25	7.1
136	PALKA NATALIA	8385	ZABRZAŃSKIE PARKOWE BIEGANIE	ZABRZE	POL	SENIOR I K - 20	11	K 28	00:33:47	00:55:05	01:24:25.20	8:26	7.1
137	JARUS ANDRZEJ	8411	WKURW_TEAM	GALLSPACH	AUT	MASTERS M - 40	32	M 109	00:34:42	00:54:04	01:24:30.30	8:27	7.1
138	WENTYKIER BEATA	8024		PIASECZNO	POL	MASTERS K - 40	8	K 29	00:33:00	00:52:41	01:24:35.25	8:27	7.1
139	SAMOLAK MACIEK	8362		WAŁBRZYCH	POL	MASTERS M - 40	33	M 110	00:34:27	00:53:48	01:24:43.15	8:28	7.1
140	GRĘDA ELŻBIETA	8100	TIM JEST TIM	OZIMEK	POL	MASTERS K - 40	9	K 30	00:34:19	00:55:17	01:24:47.30	8:28	7.1
141	KOSTYK GRZEGORZ	8331		CHOJNÓW	POL	MASTERS M - 40	34	M 111	00:32:06	00:51:25	01:25:03.95	8:30	7.1
142	MRÓZ MARTA	8174		ZIELONA GÓRA	POL	SENIOR I K - 20	12	K 31	00:33:01	00:51:55	01:25:04.60	8:30	7.1
143	DOLECKA ELŻBIETA	8377	NKB CHYŻY NOWY TOMYŚL	NOWY TOMYŚL	POL	MASTERS K - 40	10	K 32	00:34:09	00:53:03	01:25:19.00	8:31	7
144	SKAWINA POŁEĆ ANNA	8286		SZCZYTNA	POL	SENIOR II K - 30	9	K 33	00:35:15	00:54:19	01:25:30.20	8:33	7
145	GRĄDZKA MARIANNA	8290		ŁÓDŹ	POL	SENIOR I K - 20	13	K 34	00:37:28	00:57:00	01:25:47.30	8:34	7
146	MAZIAREK ADELA	8009		NIEMODLIN	POL	SENIOR II K - 30	10	K 35	00:35:11	00:54:08	01:25:54.60	8:35	7
147	GŁÓWKA BARBARA	8284		KARWIANY	POL	SENIOR II K - 30	11	K 36	00:35:04	00:55:03	01:26:03.90	8:36	7
148	GŁUCHOWSKA EWELINA	8293		ŚLĘZA	POL	SENIOR II K - 30	12	K 37	00:35:03	00:55:09	01:26:09.75	8:37	7
149	CIEŚLIŃSKA KATARZYNA	8146		WARSZAWA	POL	SENIOR II K - 30	13	K 38	00:33:32	00:53:18	01:26:16.85	8:37	7
150	MAŁKOWSKI PIOTR	8159		KOŚCIAN	POL	WETERAN II M - 60	4	M 112	00:34:36	00:54:56	01:26:36.90	8:39	6.9
151	TADROWSKI TOMASZ	8096		INOWROCŁAW	POL	MASTERS M - 40	35	M 113	00:35:16	00:54:29	01:26:58.00	8:41	6.9
152	MAJ MAREK	8153	ŚLĘZAK TEAM	WROCŁAW	POL	MASTERS M - 40	36	M 114	00:36:26	00:55:26	01:27:12.00	8:43	6.9
153	ABULEWICZ WOJCIECH	8044	TRENING STUDIO 17	WROCŁAW	POL	WETERAN I M - 50	7	M 115	00:34:02	00:54:16	01:27:12.45	8:43	6.9
154	KONCA ALEKSANDER	8081	603779236	OŻARÓW MAZOWIECKI	POL	SENIOR I M - 20	32	M 116	00:37:30	00:56:19	01:27:16.30	8:43	6.9
155	HAUSER-GIERS MONIKA	8041	KOŚCIAN TEAM	NOWY LUBOSZ	POL	MASTERS K - 40	11	K 39	00:34:02	00:53:53	01:27:16.40	8:43	6.9
156	MICHAŁEK JAROSŁAW	8363	ONE WAY TICKET	KRAKÓW	POL	WETERAN I M - 50	8	M 117	00:36:15	00:55:02	01:27:27.80	8:44	6.9
157	BAGIŃSKI MAREK	8347	APTENEO RUNING TEAM	BORÓW	POL	WETERAN I M - 50	9	M 118	00:34:21	00:53:25	01:27:56.15	8:47	6.8
158	JASKÓŁKA RAFAŁ	8029		DOBRA	POL	SENIOR II M - 30	38	M 119	00:35:09	00:56:19	01:28:01.75	8:48	6.8
159	OCHĘJ JOANNA	8376	APTENEO RUNNING TEAM	WROCŁAW	POL	SENIOR II K - 30	14	K 40	00:35:03	00:55:36	01:28:10.20	8:49	6.8
160	JASKÓŁKA HUBERT	8078	AMATOR	ŁOWKOWICE	POL	WETERAN II M - 60	5	M 120	00:35:25	00:56:35	01:28:15.90	8:49	6.8

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
161	GACH MARCIN	8315	TEAM TI-RIN-TIN	BYSTRZYCA KŁODZKA	POL	SENIOR I M - 20	33	M 121	00:35:18	00:54:58	01:28:16.65	8:49	6.8
162	CIEŚLAK MAGDALENA	8302	CIEŚLAK TEAM	RZEPIN	POL	SENIOR II K - 30	15	K 41	00:34:03	00:53:56	01:28:16.70	8:49	6.8
163	MARTYNIAK RAFAŁ	8232		KĘTY	POL	SENIOR II M - 30	39	M 122	00:35:33	00:56:30	01:28:21.55	8:50	6.8
164	UPTAS TOMASZ	8258		GŁOGÓW	POL	MASTERS M - 40	37	M 123	00:34:32	00:55:34	01:28:28.75	8:50	6.8
165	LEWANDOWSKI TADEUSZ	8213	1949 WKB PIAST WROCŁAW	WROCŁAW	POL	WETERAN III M - 70	1	M 124	00:36:06	00:56:25	01:28:44.15	8:52	6.8
166	HUTNIK WOJCIECH	8375	APTENEO RUNNING TEAM	BORÓW	POL	SENIOR II M - 30	40	M 125	00:37:39	00:57:37	01:28:45.45	8:52	6.8
167	MODZELEWSKA ANNA	8181		BRANICE	POL	SENIOR I K - 20	14	K 42	00:34:57	00:54:12	01:28:53.90	8:53	6.8
168	ROGOWSKI ROBERT	8419		OPOLE	POL	MASTERS M - 40	38	M 126	00:35:15	00:56:00	01:29:01.60	8:54	6.7
169	PIATEK MAGDALENA	8237	PROGRES	WROCŁAW	POL	SENIOR II K - 30	16	K 43	00:34:11	00:58:37	01:29:08.95	8:54	6.7
170	KUBÓW JAREK	8301		OPOLE	POL	SENIOR II M - 30	41	M 127	00:34:00	00:55:44	01:29:24.60	8:56	6.7
171	ADAMSKA SYLWIA	8275		KAMIŃSKO	POL	SENIOR II K - 30	17	K 44	00:36:29	00:56:48	01:29:25.50	8:56	6.7
172	SKAWIŃA KRYSZYNA	8026	TOPOLICE TEAM	TOPOLICE	POL	SENIOR II K - 30	18	K 45	00:35:18	00:54:07	01:29:55.60	8:59	6.7
173	ROGÓŻ JAN	8122		KIELCE	POL	SENIOR I M - 20	34	M 128	00:41:01	01:00:10	01:30:00.05	9:00	6.7
174	TEKIELI EWELINA	8018	TEKIELI FAMILY	KŁODZKO	POL	MASTERS K - 40	12	K 46	00:35:00	00:55:40	01:30:02.40	9:00	6.7
175	PIGUŁA AGNIESZKA	8356		POZNAŃ	POL	MASTERS K - 40	13	K 47	00:36:17	00:57:14	01:30:07.85	9:00	6.7
176	JOŃCZYK PAULA	8106		ŁĄDEK ZDRÓJ	POL	SENIOR I K - 20	15	K 48	00:37:17	00:57:42	01:30:15.25	9:01	6.6
177	PFAJFER MAREK	8125	MARATONYPOLSKIE.PL TEAM	POZNAŃ	POL	SENIOR II M - 30	42	M 129	00:38:08	00:58:35	01:30:17.75	9:01	6.6
178	BURY ROMAN	8152		KARSKI	POL	MASTERS M - 40	39	M 130	00:35:58	00:56:26	01:30:20.15	9:02	6.6
179	RAPACZ-TOPIŁKO ANNA	8360		ŁODYGOWICE	POL	MASTERS K - 40	14	K 49	00:36:41	00:57:33	01:30:30.40	9:03	6.6
180	PŁOK KRZYSZTOF	8257	TEAM PŁOK	POLKOWICE	POL	WETERAN I M - 50	10	M 131	00:36:53	00:58:44	01:30:33.25	9:03	6.6
181	STASIAK ŁUKASZ	8221	WATAHA - ŁĄCZY NAS BIEGANIE	LUBIN	POL	SENIOR II M - 30	43	M 132	00:36:45	00:56:44	01:30:33.55	9:03	6.6
182	LUBAŃSKA ALICJA	8033		BUKOWICE	POL	WETERAN K - 50	3	K 50	00:36:09	00:56:51	01:30:36.15	9:03	6.6
183	DERBICH MARIUSZ	8391	KOWALEW	KOWALEW	POL	MASTERS M - 40	40	M 133	00:36:42	00:57:57	01:30:38.30	9:03	6.6
184	MERAK KRZYSZTOF	8240	TEAM KURORT ŁĄDEK-ZDRÓJ	OLEDRZYCHOWICE KŁODZKIE	POL	MASTERS M - 40	41	M 134	00:37:10	00:58:06	01:30:40.15	9:04	6.6
185	KORYTNY TOMASZ	8355	FRIENDS GOSTYŃ	GOSTYŃ	POL	MASTERS M - 40	42	M 135	00:34:42	00:57:57	01:31:11.70	9:07	6.6
186	PODJUK PATRYK	8191	FRIENDS GOSTYŃ	BRZEZIE	POL	SENIOR I M - 20	35	M 136	00:35:49	00:57:14	01:31:20.85	9:08	6.6
187	BŁAŻKÓW GOSIA	8388		WAŁBRZYCH	POL	SENIOR II K - 30	19	K 51	00:34:11	00:58:03	01:31:23.85	9:08	6.6
188	HOTAŁA MARTA	8238		WROCŁAW	POL	SENIOR II K - 30	20	K 52	00:35:47	00:58:11	01:31:30.75	9:09	6.6
189	BIŃCZARSKA MONIKA	8015		WŁOCŁAWEK	POL	SENIOR II K - 30	21	K 53	00:33:59	00:56:48	01:31:31.15	9:09	6.6
190	BRZEZIŃSKI ANDRZEJ	8013		OLKUSZ	POL	WETERAN II M - 60	6	M 137	00:37:44	00:58:19	01:31:43.60	9:10	6.5
191	CHYLIŃSKI BARTOSZ	8227		ŁÓDŹ	POL	SENIOR II M - 30	44	M 138	00:35:59	00:57:40	01:31:56.05	9:11	6.5
192	SŁODKIEWICZ DAGMARA	8223		ŁÓDŹ	POL	SENIOR II K - 30	22	K 54	00:37:21	00:58:57	01:32:05.85	9:12	6.5
193	RĄCZKOWIAK MATEUSZ	8216	MATNERRUNNINGTEAM	WROCŁAW	POL	SENIOR II M - 30	45	M 139	00:36:04	00:58:04	01:32:06.70	9:12	6.5
194	TRZEŚNIEWSKI KRZYSZTOF	8280	VEGE RUNNERS	WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	46	M 140	00:35:22	00:57:47	01:32:10.45	9:13	6.5
195	MIKOŁAJCZAK RAFAŁ	8343	FRIENDS GOSTYŃ	GOSTYŃ	POL	MASTERS M - 40	43	M 141	00:35:46	00:59:40	01:32:22.75	9:14	6.5
196	MIKOŁAJCZAK AGNIESZKA	8344	FRIENDS GOSTYŃ	GOSTYŃ	POL	MASTERS K - 40	15	K 55	00:35:54	00:59:50	01:32:32.05	9:15	6.5
197	BISKUPSKI JAKUB	8373		WROCŁAW	POL	MASTERS M - 40	44	M 142	00:37:04	00:59:25	01:32:37.20	9:15	6.5
198	HORODYŃSKA MIROSLAWA	8339	KOTWICA BRZEG	KARŁOWICE	POL	MASTERS K - 40	16	K 56	00:36:38	00:59:14	01:32:37.95	9:15	6.5
199	BUTRYM IGA	8409		KAMIENIEC WROCŁAWSKI	POL	SENIOR I K - 20	16	K 57	00:37:21	00:59:39	01:32:48.50	9:16	6.5
200	PAINTA EWA	8402		KAMIENIEC WROCŁAWSKI	POL	SENIOR II K - 30	23	K 58	00:36:39	00:59:32	01:32:54.10	9:17	6.5
201	GUTOWSKI PIOTR	8294		KAMIENIEC ZABKOWICKI	POL	SENIOR II M - 30	47	M 143	00:35:49	00:58:24	01:32:59.60	9:18	6.5
202	CIESIELCZYK MAREK	8070	TKKF MPK POZNAŃ	POZNAŃ	POL	WETERAN I M - 50	11	M 144	00:36:40	00:59:15	01:33:00.35	9:18	6.5
203	MĘTLAK MAŁGORZATA	8264		ZAWIERCIE	POL	SENIOR I K - 20	17	K 59	00:39:02	01:00:34	01:33:02.50	9:18	6.4
204	SZAŁA JANUSZ	8211		ŁAZISKA GÓRNE	POL	WETERAN II M - 60	7	M 145	00:36:35	00:58:12	01:33:05.05	9:18	6.4
205	GALEWSKI MARIUSZ	8040		KOTLIN	POL	WETERAN I M - 50	12	M 146	00:38:10	00:59:00	01:33:06.05	9:18	6.4
206	WENTYKIER PIOTR	8017		PIASECZNO	POL	MASTERS M - 40	45	M 147	00:37:45	00:59:07	01:33:10.60	9:19	6.4
207	PUCHAŁSKA MAGDALENA	8089		POZNAŃ	POL	SENIOR II K - 30	24	K 60	00:37:23	00:57:03	01:33:16.00	9:19	6.4
208	MAŁECKI KAMIL	8274		SIEDLCE	POL	SENIOR II M - 30	48	M 148	00:34:46	00:59:48	01:33:18.65	9:19	6.4
209	TEKIELA ŁUKASZ	8046		KŁODZKO	POL	SENIOR II M - 30	49	M 149	00:36:33	00:57:12	01:33:20.15	9:20	6.4
210	STAŃCZAK PAWEŁ	8269		ŁÓDŹ	POL	WETERAN I M - 50	13	M 150	00:38:05	00:58:36	01:33:44.70	9:22	6.4
211	GULCZYŃSKI DAWID	8400		BYDGOSZCZ	POL	SENIOR II M - 30	50	M 151	00:36:08	00:57:19	01:33:52.45	9:23	6.4
212	MATUKIN-SZUMLIŃSKA ALEKSANDRA	8334		KRAKÓW	POL	SENIOR II K - 30	25	K 61	00:38:22	01:00:01	01:34:11.25	9:25	6.4
213	ŁOBASIUK IWONA	8382	FUNDACJA KIERUNEK ULTRA	SUWAŁKI	POL	MASTERS K - 40	17	K 62	00:37:58	00:59:31	01:34:17.00	9:25	6.4
214	CELICHOWSKI STANISŁAW	8206		POZNAŃ	POL	SENIOR II M - 30	51	M 152	00:39:41	00:59:37	01:34:31.15	9:27	6.3
215	TURAJ-KACZYŃSKA MAŁGORZATA	8113	GUSTAW TEŻ BIEGA	OLEŚNICA	POL	MASTERS K - 40	18	K 63	00:35:16	00:57:54	01:34:50.85	9:29	6.3
216	ŁYGASŁO PAULINA	8421		DZIERŻONIÓW	POL	SENIOR I K - 20	18	K 64	00:37:59	01:01:15	01:34:52.00	9:29	6.3
217	MARON AGNIESZKA	8321	ADIDAS RUNNERS WARSAW / JACK TEAM	WARSZAWA	POL	MASTERS K - 40	19	K 65	00:37:21	00:59:48	01:34:54.15	9:29	6.3

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
218	TUREK PAULINA	8128	PRORUNNING PROMOTION	WARSZAWA	POL	SENIOR II K - 30	26	K 66	00:37:46	01:00:13	01:34:56.90	9:29	6.3
219	KAWCZYŃSKA MONIKA	8279	GUSTAW TEŻ BIEGA	OLEŚNICA	POL	MASTERS K - 40	20	K 67	00:35:20	00:58:01	01:34:58.35	9:29	6.3
220	FRAŃSKI ŁUKASZ	8007	NKB CHYŻY NOWY TOMYŚL	NOWY TOMYŚL	POL	MASTERS M - 40	46	M 153	00:40:19	01:01:54	01:35:26.45	9:32	6.3
221	KWIECIEŃ DOROTA	8115		KIELCE	POL	MASTERS K - 40	21	K 68	00:39:53	01:01:35	01:35:32.05	9:33	6.3
222	KAJDANIAK PAULINA	8192		GNIEZNO	POL	MASTERS K - 40	22	K 69	00:39:45	01:02:55	01:35:33.70	9:33	6.3
223	TABACZYŃSKA MONIKA	8288		SICIENKO	POL	SENIOR I K - 20	19	K 70	00:38:55	01:01:57	01:36:04.20	9:36	6.2
224	KORF TOMASZ	8059		BRZEG	POL	SENIOR II M - 30	52	M 154	00:39:44	01:00:38	01:36:16.80	9:37	6.2
225	KORF WERONIKA	8058		BRZEG	POL	SENIOR II K - 30	27	K 71	00:39:44	01:00:55	01:36:24.60	9:38	6.2
226	CYRWUS JAKUB	8326	RÓŻOWE LANDRYNY	POLANICA ZDRÓJ	POL	SENIOR I M - 20	36	M 155	00:38:40	01:03:29	01:36:29.70	9:39	6.2
227	RATAJSKA MONIKA	8296		POZNAŃ	POL	SENIOR I K - 20	20	K 72	00:38:42	01:03:32	01:36:36.80	9:39	6.2
228	SOBCZAK ALEKSANDER	8154	BIELAWSKA AKADEMIA BIEGANIA	DZIERZONIÓW	POL	SENIOR II M - 30	53	M 156	00:39:41	01:03:48	01:36:41.75	9:40	6.2
229	SZCZOTKA KATARZYNA	8002		POZNAŃ	POL	SENIOR I K - 20	21	K 73	00:40:12	01:01:49	01:36:48.35	9:40	6.2
230	SZYMAŁA KAROLINA	8351		KLUCZBORK	POL	SENIOR I K - 20	22	K 74	00:38:20	01:00:30	01:36:52.75	9:41	6.2
231	KUCZYŃSKA MAŁGORZATA	8199	INSULA ZAWONIA TEAM	ZAWONIA	POL	MASTERS K - 40	23	K 75	00:37:50	00:59:30	01:37:01.60	9:42	6.2
232	GAJDA MATEUSZ	8039	SPRÓCHNIALI HERKULESI	BŁAŻKOWA	POL	SENIOR II M - 30	54	M 157	00:39:39	01:00:58	01:37:03.85	9:42	6.2
233	MARCINIAK PAULINA	8209		GLIWICE	POL	SENIOR II K - 30	28	K 76	00:38:40	01:02:28	01:37:13.20	9:43	6.2
234	KUSTRA KLAUDIA	8207		NYSA	POL	SENIOR II K - 30	29	K 77	00:37:24	01:00:15	01:37:44.40	9:46	6.1
235	SZUBA DAGMARA	8380		BARSAC	FRA	MASTERS K - 40	24	K 78	00:40:53	01:03:11	01:38:22.45	9:50	6.1
236	WILK TOMASZ	8060		OPOLE	POL	SENIOR II M - 30	55	M 158	00:38:35	01:02:59	01:38:36.80	9:51	6.1
237	UCHEREK KINGA	8031		ZORY	POL	MASTERS K - 40	25	K 79	00:39:21	01:01:45	01:38:38.65	9:51	6.1
238	DOMOSŁAWSKI PAWEŁ	8218		WROCŁAW	POL	WETERAN I M - 50	14	M 159	00:38:28	01:01:14	01:38:51.00	9:53	6.1
239	KRYCH JOANNA	8215		CZMOŃ	POL	MASTERS K - 40	26	K 80	00:39:02	01:01:56	01:38:56.05	9:53	6.1
240	KAŁKA MARCIN	8394		RAWICZ	POL	SENIOR II M - 30	56	M 160	00:38:28	01:01:32	01:39:11.20	9:55	6
241	BĄCZKOWSKA GRAŻYNA	8297	POLACY BIEGAJĄ W NL	ZEVENBERGEN		MASTERS K - 40	27	K 81	00:37:41	01:00:04	01:39:51.30	9:59	6
242	PELCZER AGNIESZKA	8035	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	MASTERS K - 40	28	K 82	00:39:47	01:03:55	01:39:56.45	9:59	6
243	GAJEWSKA MAGDALENA	8267	LAFIRYNDY I GAMONIE	ŁÓDŹ	POL	MASTERS K - 40	29	K 83	00:39:54	01:03:25	01:39:58.40	9:59	6
244	HELMAN FILIP	8169		WARSZAWA	POL	SENIOR I M - 20	37	M 161	00:39:34	01:02:50	01:40:10.70	10:01	6
245	OLSZEWSKA NATALIA	8179		WROCŁAW	POL	SENIOR I K - 20	23	K 84	00:38:00	01:01:50	01:40:10.70	10:01	6
246	FILAWSKA AGATA	8050		WROCŁAW	POL	SENIOR I K - 20	24	K 85	00:38:09	01:02:01	01:40:21.25	10:02	6
247	STĘPIEŃ MAŁGORZATA	8246		POZNAŃ	POL	SENIOR II K - 30	30	K 86	00:38:33	01:01:59	01:40:27.15	10:02	6
248	DZIEKOŃSKA MAGDALENA	8049	KU PRZYGODZIE	WROCŁAW	POL	SENIOR II K - 30	31	K 87	00:38:19	01:02:09	01:40:30.55	10:03	6
249	ŁUSIAK EWA	8187	KNEIPPTEAM	GŁÓWNO	POL	MASTERS K - 40	30	K 88	00:42:24	01:04:07	01:40:42.70	10:04	6
250	PACIOREK PAWEŁ	8131	PAWKO RUNNER TEAM	MARKI	POL	MASTERS M - 40	47	M 162	00:39:13	01:03:36	01:40:56.35	10:05	5.9
251	BALICKI JACEK	8276	BIEGACZ NOWOSOLNA	ŁÓDŹ	POL	WETERAN I M - 50	15	M 163	00:42:52	01:05:16	01:41:02.80	10:06	5.9
252	BAJSAROWICZ ZUZANNA	8201		GLIWICE	POL	SENIOR II K - 30	32	K 89	00:42:12	01:05:22	01:41:20.60	10:08	5.9
253	PĘCZKOWSKA MAGDALENA	8051		TRZEBNICA	POL	MASTERS K - 40	31	K 90	00:40:04	01:03:37	01:41:43.85	10:10	5.9
254	SZKUDLAREK ARKADIUSZ	8289		KOŁO	POL	MASTERS M - 40	48	M 164	00:39:36	01:02:50	01:42:11.55	10:13	5.9
255	ŻUKIEWICZ KRZYSZTOF	8163	TKKF MPK POZNAŃ	POZNAŃ	POL	MASTERS M - 40	49	M 165	00:41:19	01:05:31	01:42:55.70	10:17	5.8
256	JERMAK ANNA	8097	BOHAR PALETY RUNNERS	ZIELONA GÓRA	POL	MASTERS K - 40	32	K 91	00:41:02	01:05:16	01:43:07.55	10:18	5.8
257	KIELASZEWSKI MIROSLAW	8188		LESZNO	POL	WETERAN II M - 60	8	M 166	00:41:32	01:02:54	01:43:24.55	10:20	5.8
258	SAMULSKA AGATA	8324		GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	WETERAN K - 50	4	K 92	00:39:41	01:05:17	01:43:26.05	10:20	5.8
259	NIECHAJ ANNA	8036	POMIDOROWA ALTERNATYWA	WAŁBRZYCH	POL	MASTERS K - 40	33	K 93	00:41:58	01:07:42	01:43:29.45	10:21	5.8
260	CHOJECKA MAGDALENA	8193	ZBUCKI RUCH	ZBUCZYN	POL	MASTERS K - 40	34	K 94	00:42:15	01:05:38	01:43:35.40	10:21	5.8
261	RASZCZUK MARTYNA	8014	POMIDOROWA ALTERNATYWA	WAŁBRZYCH	POL	SENIOR II K - 30	33	K 95	00:42:01	01:07:44	01:43:42.90	10:22	5.8
262	KIELASZEWSKI KAROL	8272	LESZNO LIMITS RUNNERS	LESZNO	POL	SENIOR II M - 30	57	M 167	00:42:33	01:03:24	01:43:54.65	10:23	5.8
263	PIASECKA AGATA	8415	ZAŁOGA GÓRSKA	WROCŁAW	POL	SENIOR I K - 20	25	K 96	00:40:42	01:04:53	01:44:13.15	10:25	5.8
264	BREARD EMILIE	8208	TOUT CHAILLES COURT	BLOIS	FRA	SENIOR II K - 30	34	K 97	00:39:15	01:05:20	01:44:15.80	10:25	5.8
265	PIOTROWSKA ANCEW JOANNA	8075		NOWY TARG	POL	WETERAN K - 50	5	K 98	00:41:08	01:04:00	01:44:23.20	10:26	5.7
266	KONIECZNA NATALIA	8149	CHOSZCZEŃSKA DZIESIĄTKA	CHOSZCZNO	POL	SENIOR I K - 20	26	K 99	00:42:43	01:05:29	01:44:36.10	10:27	5.7
267	ROGOWSKA IZABELA	8418	STOWARZYSZENIE BIEG OPOLSKI	OPOLE	POL	MASTERS K - 40	35	K 100	00:41:06	01:05:50	01:44:48.10	10:28	5.7
268	SOWIŃSKA MAGDALENA	8413	BOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	BRWINÓW	POL	MASTERS K - 40	36	K 101	00:40:52	01:06:05	01:45:01.70	10:30	5.7
269	GAJEWSKA-POLAK IWONA	8323		PIASECZNO	POL	WETERAN K - 50	6	K 102	00:42:34	01:05:43	01:45:24.30	10:32	5.7
270	JEDYNIAK MONIKA	8252		DŁUGOŁĘKA	POL	SENIOR I K - 20	27	K 103	00:40:47	01:07:14	01:45:45.85	10:34	5.7
271	LEŚNIEWSKI TOMEK	8268	LAFIRYNDY I GAMONIE	ŁÓDŹ	POL	MASTERS M - 40	50	M 168	00:42:57	01:06:03	01:45:46.65	10:34	5.7
272	GÓRALSKI KRZYSZTOF	8124		BYSTRZYCA KŁODZKA	POL	SENIOR II M - 30	58	M 169	00:39:32	01:05:02	01:45:48.00	10:34	5.7
273	LEWANDOWSKA PATRYCJA	8248	TEAM KURORT ŁADEK-ZDRÓJ	OŁDRZYCHOWICE KŁODZKIE	POL	SENIOR II K - 30	35	K 104	00:43:01	01:08:03	01:45:56.10	10:35	5.7
274	TOMERA DOROTA	8253	TEAM KURORT ŁADEK-ZDRÓJ	STARA BYSTRZYCA	POL	MASTERS K - 40	37	K 105	00:43:11	01:08:12	01:46:05.95	10:36	5.7

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
275	FOLARON JULIA	8300		BLACHOWNIA	POL	SENIOR I K - 20	28	K 106	00:39:24	01:06:51	01:46:14.50	10:37	5.6
276	IMIŃSKI Cezary	8077		ZGIERZ	POL	WETERAN I M - 50	16	M 170	00:41:27	01:06:01	01:46:58.30	10:41	5.6
277	KUCZYŃSKA AGNIESZKA	8220	BIĄŁYSTOK BIEGA TEAM	BIĄŁYSTOK	POL	MASTERS K - 40	38	K 107	00:40:00	01:08:53	01:47:21.45	10:44	5.6
278	JANUR JOANNA	8325	RÓŻOWE LANDRYNY	POLANICA ZDRÓJ	POL	SENIOR I K - 20	29	K 108	00:43:34	01:09:01	01:47:28.25	10:44	5.6
279	KIERAT DOMINIKA	8306		WARSZAWA	POL	SENIOR II K - 30	36	K 109	00:41:24	01:05:35	01:47:30.45	10:45	5.6
280	CYBULA EWA	8138	X-TEAM	WROCLAW	POL	SENIOR II K - 30	37	K 110	00:41:47	01:07:36	01:47:52.35	10:47	5.6
281	KOŁACZ MARIUSZ	8266	LAFIRYNDY I GAMONIE	ŁÓDŹ	POL	WETERAN I M - 50	17	M 171	00:41:58	01:06:39	01:47:54.25	10:47	5.6
282	BUGAJSKA-JUCHA RENATA	8200	CARBO ASECURA/CA AKTYWNI	GOCZAŁKOWICE ZDRÓJ	POL	MASTERS K - 40	39	K 111	00:43:22	01:07:42	01:48:02.80	10:48	5.6
283	KOWALCZYK DAWID	8108		PODGORZYN	POL	SENIOR II M - 30	59	M 172	00:44:26	01:08:26	01:48:04.55	10:48	5.6
284	WILGUS-KUBICA KATARZYNA	8210		WISŁA WIELKA	POL	MASTERS K - 40	40	K 112	00:43:35	01:07:50	01:48:10.80	10:49	5.5
285	SZYMAŁA JAN	8043	NIEZRZESZONY KO	KLUCZBORK	POL	WETERAN III M - 70	2	M 173	00:42:55	01:07:14	01:48:15.95	10:49	5.5
286	SZPUREK ANNA	8365	BUKOWSKI KLUB BIEGACZA	BUK	POL	SENIOR II K - 30	38	K 113	00:44:35	01:10:24	01:48:20.60	10:50	5.5
287	JAGUSZEWSKA AGNIESZKA	8109		KARPACZ	POL	SENIOR II K - 30	39	K 114	00:44:46	01:08:46	01:48:23.60	10:50	5.5
288	PRASAŁ KONRAD	8405		ŁÓDŹ	POL	SENIOR I M - 20	38	M 174	00:49:28	01:12:27	01:48:34.40	10:51	5.5
289	ŻOŁYNIAK SZYMON	8330		SIERADZ	POL	MASTERS M - 40	51	M 175	00:49:18	01:11:08	01:48:38.85	10:51	5.5
290	CHADZULIS KOSTAS	8195		WROCLAW	POL	SENIOR II M - 30	60	M 176	00:43:40	01:08:15	01:48:39.90	10:52	5.5
291	WITKOWSKA MARIA	8019	KLUB KRÓLIKA STEFANA	KATOWICE	POL	WETERAN II K - 60	1	K 115	00:44:25	01:08:33	01:48:45.10	10:52	5.5
292	ZIELIŃSKA - KASZAM MAGDALENA	8408		JAWORZNO	POL	MASTERS K - 40	41	K 116	00:42:40	01:05:08	01:48:54.75	10:53	5.5
293	KRÓL MIECZYŚLAW	8422			POL	MASTERS M - 40	52	M 177	00:40:17	01:00:37	01:49:05.60	10:54	5.5
294	STRZELCZYK ILONA	8047	KĘSY TEAM	OBORNIKI	POL	WETERAN K - 50	7	K 117	00:41:44	01:08:47	01:49:07.30	10:54	5.5
295	NIESTERUK PAULINA	8249		WARSZAWA	POL	SENIOR II K - 30	40	K 118	00:41:00	01:08:08	01:49:52.85	10:59	5.5
296	KOŁACZ WIOLA	8265	LAFIRYNDY I GAMONIE	ŁÓDŹ	POL	MASTERS K - 40	42	K 119	00:45:00	01:10:23	01:50:27.50	11:02	5.4
297	MALISZ AGNIESZKA	8322		KĘDZIERZYN-KOŹLE	POL	SENIOR II K - 30	41	K 120	00:44:00	01:07:11	01:50:40.35	11:04	5.4
298	SŁOMKA MARIUSZ	8303		OPOLE	POL	SENIOR II M - 30	61	M 178	00:35:28	01:01:38	01:50:43.85	11:04	5.4
299	NOWAK TERESA	8386		ZIĘBICE	POL	WETERAN II K - 60	2	K 121	00:42:33	01:10:02	01:50:44.95	11:04	5.4
300	MAJ MAGDALENA	8004	GRAŻYNKI OCR	ROKIETNICA	POL	SENIOR II K - 30	42	K 122	00:44:03	01:11:57	01:50:52.60	11:05	5.4
301	RAJCZAK MONIKA	8166		MODŁA	POL	SENIOR II K - 30	43	K 123	00:43:04	01:09:22	01:50:58.60	11:05	5.4
302	KUŹNIAK JUSTYNA	8142	KB SZAMOTUŁY	SZAMOTUŁY	POL	MASTERS K - 40	43	K 124	00:43:38	01:12:07	01:51:13.90	11:07	5.4
303	MARIN IRIGARAY ALBERTO	8158		POZNAN	POL	SENIOR II M - 30	62	M 179	00:43:36	01:09:45	01:51:21.05	11:08	5.4
304	GÓRNA MAŁGORZATA	8103		POZNAŃ	POL	SENIOR II K - 30	44	K 125	00:43:42	01:10:01	01:51:29.55	11:08	5.4
305	KOLBUS JULITA	8236		SIECHNICE	POL	SENIOR II K - 30	45	K 126	00:44:46	01:12:35	01:51:33.05	11:09	5.4
306	DORDZIK MAŁGORZATA	8337		ELBLĄG	POL	WETERAN II K - 60	3	K 127	00:44:12	01:09:35	01:51:46.35	11:10	5.4
307	PLUTA MICHALINA	8189		LESZNO	POL	SENIOR II K - 30	46	K 128	00:41:57	01:10:35	01:51:48.30	11:10	5.4
308	JAKUBOWSKA JUDYTA	8038		KAMIEŃ POMORSKI	POL	MASTERS K - 40	44	K 129	00:43:42	01:10:36	01:52:31.95	11:15	5.3
309	DANYLOVA ALINA	8271		POZNAN	POL	SENIOR II K - 30	47	K 130	00:46:10	01:12:01	01:53:35.70	11:21	5.3
310	KMONK MAGDALENA	8052		WROCLAW	POL	MASTERS K - 40	45	K 131	00:42:47	01:11:20	01:53:36.35	11:21	5.3
311	FIKSA PIOTR	8185	WOJART TEAM	KROSNO	POL	MASTERS M - 40	53	M 180	00:43:28	01:09:56	01:53:49.95	11:23	5.3
312	OGRODNIK ANNA	8102	ZAKOCHAJ SIE W BIEGANIU	WROCLAW	POL	SENIOR II K - 30	48	K 132	00:46:21	01:12:41	01:54:03.85	11:24	5.3
313	MATEJCZUK JULIA	8401	BIĄŁYSTOK BIEGA TEAM	BIĄŁYSTOK	POL	SENIOR I K - 20	30	K 133	00:44:30	01:11:32	01:54:32.50	11:27	5.2
314	GAJDZIŃSKA MAGDALENA	8230	BIĄŁYSTOK BIEGA TEAM	CZARNA WIEŚ KOŚCIELNA	POL	MASTERS K - 40	46	K 134	00:44:51	01:11:52	01:54:53.40	11:29	5.2
315	KIEPURA OLGA	8328		CZĘSTOCHOWA	POL	SENIOR I K - 20	31	K 135	00:42:35	01:13:12	01:55:02.20	11:30	5.2
316	JANKOWSKI RAFAŁ	8345	KOŁO BIEGA	KOŁO	POL	SENIOR II M - 30	63	M 181	00:49:45	01:16:26	01:55:11.15	11:31	5.2
317	BUCHALIK PATRYCJA	8366		KATOWICE	POL	SENIOR I K - 20	32	K 136	00:42:43	01:13:22	01:55:12.25	11:31	5.2
318	TALAREK ROBERT	8233	TELERANEK	SZCZECIN	POL	MASTERS M - 40	54	M 182	00:45:41	01:13:21	01:55:20.10	11:32	5.2
319	WYSMOLINSKA KAROLINA	8319		BIERNATLI	POL	MASTERS K - 40	47	K 137	00:45:48	01:13:29	01:55:25.05	11:32	5.2
320	MRÓZ RADOŚLAW	8342		WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	64	M 183	00:44:25	01:14:38	01:55:26.55	11:32	5.2
321	NADOBNIK BARTEK	8120	TARNOWO PODGÓRNE BIEGA / SPORTOWY KAŹMIERZ	KAŹMIERZ	POL	SENIOR I M - 20	39	M 184	00:46:25	01:13:25	01:55:39.60	11:33	5.2
322	MRÓZ ANNA	8341		WARSZAWA	POL	SENIOR II K - 30	49	K 138	00:54:48	01:17:27	01:55:39.95	11:34	5.2
323	MADAJ-LEJA JAGODA	8087	LEJOWIE	ŚLĘZA	POL	SENIOR I K - 20	33	K 139	00:44:45	01:10:19	01:55:45.85	11:34	5.2
324	ŁUKASIK NATALIA	8309		WROCLAW	POL	SENIOR II K - 30	50	K 140	00:39:18	01:15:01	01:55:50.10	11:35	5.2
325	KRUPIŃSKA WIOLA	8197	TRUCHT TARCHOMIN TEAM	WARSZAWA	POL	SENIOR I K - 20	34	K 141	00:52:54	01:17:32	01:55:51.80	11:35	5.2
326	SZWARGOT MARTA	8119	TARNOWO PODGÓRNE BIEGA / SPORTOWY KAŹMIERZ	KAŹMIERZ	POL	SENIOR II K - 30	51	K 142	00:46:14	01:13:15	01:55:59.65	11:35	5.2
327	ENGEL-ABULEWICZ ELŻBIETA	8261	TRENING STUDIO 17	WROCLAW	POL	WETERAN K - 50	8	K 143	00:44:38	01:12:22	01:56:12.70	11:37	5.2
328	GAGAS ALEKSANDRA	8372		ŁÓDŹ	POL	MASTERS K - 40	48	K 144	00:44:10	01:13:45	01:56:23.80	11:38	5.2
329	LASEK KARINA	8184		CZMOŃ	POL	SENIOR II K - 30	52	K 145	00:44:34	01:13:55	01:56:33.45	11:39	5.1

BIEG TROJAK TRAIL - 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	3.7km	5.8km	Netto	min/km	km/h
330	WIELADEK LUKASZ	8132		WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	65	M 185	00:46:35	01:16:33	01:57:59.40	11:47	5.1
331	STAWSKA-KISIAŁA NATALIA	8083		KRAKÓW	POL	SENIOR II K - 30	53	K 146	00:46:06	01:14:37	01:58:03.90	11:48	5.1
332	KISIAŁA FILIP	8079	LACHO TEAM	KRAKÓW	POL	MASTERS M - 40	55	M 186	00:46:16	01:14:27	01:58:13.05	11:49	5.1
333	SLONINA-TAMUL OLGA	8295	ZAŁOGA GÓRSKA	POZNAŃ	POL	SENIOR I K - 20	35	K 147	00:49:15	01:15:59	01:58:16.65	11:49	5.1
334	DOMBROWSKI MACIEJ	8371	ATTIQ TEAM	KRAKÓW	POL	SENIOR II M - 30	66	M 187	00:49:58	01:16:10	01:58:26.60	11:50	5.1
335	WIELADEK PIOTR	8130		WARSZAWA	POL	SENIOR II M - 30	67	M 188	00:48:54	01:17:53	01:58:34.80	11:51	5.1
336	BŁADEK-GRZELCZAK KATARZYNA	8198		ŁÓDŹ	POL	WETERAN K - 50	9	K 148	00:46:46	01:14:05	01:59:55.90	11:59	5
337	WINIARSKA MONIKA	8042	DXTREEM RUNNING	WARSZAWA	POL	MASTERS K - 40	49	K 149	00:44:20	01:13:05	02:01:35.95	12:09	4.9
338	RYDZYŃSKI JACEK	8310	KNEIPPTEAM	GŁÓWNO	POL	SENIOR II M - 30	68	M 189	00:47:13	01:14:01	02:02:30.85	12:15	4.9
339	LOJOWSKI BARTOSZ	8082		JELENIA GÓRA	POL	SENIOR II M - 30	69	M 190	00:47:00	01:16:31	02:03:34.05	12:21	4.9
340	PAWŁOWICZ JULIA	8406		BARTOSZYCE	POL	SENIOR I K - 20	36	K 150	00:49:37	01:18:42	02:03:42.95	12:22	4.8
341	RAKUS JUSTYNA	8006		CZESTOCHOWA	POL	MASTERS K - 40	50	K 151	00:48:54	01:18:20	02:03:45.35	12:22	4.8
342	BOBIN ANNA	8055	ZOCHU TEAM	GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	MASTERS K - 40	51	K 152	00:47:23	01:19:08	02:03:50.85	12:23	4.8
343	MACUR AGNIESZKA	8088		PŁOSZCZYNA	POL	MASTERS K - 40	52	K 153	00:47:19	01:16:48	02:03:53.85	12:23	4.8
344	GONERA JANINA	8010	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	WETERAN II K - 60	4	K 154	00:50:20	01:19:33	02:04:26.60	12:26	4.8
345	MRÓZ IZABELA	8338	WOLNE ŚLIMAKI	POZNAN	POL	SENIOR II K - 30	54	K 155	00:50:16	01:20:31	02:05:52.80	12:35	4.8
346	FRĄCOWIAK ANNA	8034	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	GRĘDZINA	POL	WETERAN K - 50	10	K 156	00:50:06	01:19:24	02:06:20.30	12:38	4.7
347	LASEK JAKUB	8141	KW OPOLE	OPOLE	POL	SENIOR II M - 30	70	M 191	00:51:46	01:22:17	02:06:24.50	12:38	4.7
348	POSPIESZNA ANNA	8224		POZNAŃ	POL	SENIOR II K - 30	55	K 157	00:51:18	01:22:25	02:06:28.15	12:38	4.7
349	WINIARSKI ANDRZEJ	8129	DXTREEM RUNNING	WARSZAWA	POL	MASTERS M - 40	56	M 192	00:49:10	01:19:38	02:07:21.45	12:44	4.7
350	PSZCZOLIŃSKA ALICJA	8086		GDAŃSK	POL	WETERAN K - 50	11	K 158	00:47:59	01:19:47	02:07:22.40	12:44	4.7
351	PIECHOWIAK OLIWIA	8414	ZAŁOGA GÓRSKA	SZUBIN	POL	SENIOR I K - 20	37	K 159	00:48:57	01:14:26	02:07:55.50	12:47	4.7
352	KOWALEWSKA KATARZYNA	8023		WARSZAWA	POL	MASTERS K - 40	53	K 160	00:47:21	01:17:03	02:09:07.00	12:54	4.6
353	JACHIM-SZUBA MAGDALENA	8390		SZCZECIN	POL	MASTERS K - 40	54	K 161	00:47:38	01:18:37	02:10:03.10	13:00	4.6
354	CHMIELEWSKI MARCIN	8387	BIEGAM BEZ SPINY	ŚCINAWA	POL	MASTERS M - 40	57	M 193	00:51:54	01:23:40	02:11:40.80	13:10	4.6
355	MIELCZAREK GRZEGORZ	8305		OPOLE	POL	WETERAN I M - 50	18	M 194	00:50:26	01:25:00	02:12:05.85	13:12	4.5
356	MIELCZAREK HALINA	8020		OPOLE	POL	WETERAN K - 50	12	K 162	00:50:34	01:25:10	02:12:15.60	13:13	4.5
357	ADACH MAGDALENA	8116	ENDORFINA WSCHOWA	WSCHOWA	POL	SENIOR I K - 20	38	K 163	00:45:34	01:16:39	02:13:01.95	13:18	4.5
358	ROŹKO ELA	8203	4ROŹKI	BRWINÓW	POL	MASTERS K - 40	55	K 164	00:47:17	01:17:02	02:13:14.10	13:19	4.5
359	KASPRZAK TOMASZ	8273		RUSZOWICE	POL	MASTERS M - 40	58	M 195	00:50:55	01:21:32	02:13:14.85	13:19	4.5
360	FRĄCZAK IRENEUSZ	8259	GMINA GRĘBOCICE	GRĘBOCICE	POL	MASTERS M - 40	59	M 196	00:51:03	01:21:40	02:13:24.75	13:20	4.5
361	OLMA KATARZYNA	8228		BIELSKO-BIAŁA	POL	MASTERS K - 40	56	K 165	00:55:56	01:24:17	02:15:54.50	13:35	4.4
362	WOLEK DAGMARA	8229		TYCHY	POL	SENIOR II K - 30	56	K 166	00:49:53	01:21:56	02:17:00.50	13:42	4.4
363	CZUBA JADWIGA	8314		LIGOTA ZAMECKA	POL	SENIOR II K - 30	57	K 167	00:54:40	01:29:23	02:20:57.60	14:05	4.3
364	TUREK MONIKA	8381		LIGOTA GÓRNA	POL	SENIOR II K - 30	58	K 168	00:54:50	01:29:35	02:21:08.55	14:06	4.3
365	HACZYK GABRIELA	8407		OPOLE	POL	WETERAN III K - 70	1	K 169	00:51:46	01:29:42	02:22:21.60	14:14	4.2
366	PODJUK KINGA	8190	FRIENDS GOSTYŃ	BRZEZIE	POL	MASTERS K - 40	57	K 170	00:54:06	01:30:32	02:30:02.15	15:00	4
367	MICHAŁSKI DARIUSZ	8114	ALFA TEAM GOSTYŃ	PIASKI	POL	WETERAN I M - 50	19	M 197	01:10:45	01:52:51	02:54:26.70	17:26	3.4
368	WINIARSKI ROBERT	8048		LEGNICA	POL	WETERAN I M - 50	20	M 198	00:58:46	01:48:44	02:55:39.00	17:33	3.4
369	GADZINOWSKI IGNACY	8028		RADOM	POL	WETERAN III M - 70	3	M 199	01:13:56	02:01:32	03:06:03.75	18:36	3.2
370	GADZINOWSKA MAŁGORZATA	8053		RADOM	POL	WETERAN II K - 60	5	K 171	01:14:02	02:01:41	03:06:13.55	18:37	3.2
371	SZYMAŃSKI PAWEŁ	8137	MUAY RUNING TEAM	POZNAŃ	POL	MASTERS M - 40	60	M 200	01:19:13	02:01:15	03:07:08.80	18:42	3.2
372	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	8074	MUAY RUNNING TEAM	POZNAŃ	POL	MASTERS K - 40	58	K 172	01:19:22	02:01:24	03:07:19.15	18:43	3.2
373	NIZIOŁ MARCIN	8037		GRUDZIĄDZ	POL	MASTERS M - 40	61	M 201	01:18:18	02:03:08	03:12:22.00	19:14	3.1
374	JAWORSKA-NIZIOŁ MAGDALENA	8093		GRUDZIĄDZ	POL	SENIOR II K - 30	59	K 173	01:18:33	02:03:18	03:12:32.10	19:15	3.1
375	TALAREK JĘDRULAK KATARZYNA	8234	TELERANEK	SZCZECIN	POL	SENIOR II K - 30	60	K 174	01:14:06	02:04:06	03:30:48.30	21:04	2.8
376	BAHRANOWSKA-KILIAN MARIA	8110	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	KRAKÓW	POL	SENIOR I K - 20	39	K 175					